



shin

猪八戒

「猪八戒」と「悟空」という名は、中国の「西遊記」を通じて、みなさんにはお馴染みでしょう。今回は、猪八戒の略称の「八戒」について、その名前の裏に込められた意味を少し探してみたいと思います。



《礼記》には、「君子は節制するが、悪人には恐れるものがない」と書かれています。この世で生きていくには、自分の行動に自制心を持つことが大切です。慎みが無く、無謀な行動を取ると、災いを招くこととなります。「八戒」という八つの慎みを持つことで、長期間の安定と平安をもたらすことに繋がるのではないのでしょうか。

「西遊記」に登場する「猪八戒」という名前には、以下の「八戒」の意味が込められています。

1つ目は、「戒傲」、つまり慢心しないことです。

王陽明は、「人生の大病は慢心という言葉だ」と述べました。人の最大の問題は、自己満足に陥りがちなことです。慢心が強くなると、人は自ずと自己満足に陥り、本来の姿を見失いがちです。長い目で見れば、自らが進むべき道を阻むことになり、失敗の淵に落ちることになります。傲慢で高慢にならず、謙虚であることが、不運を避ける秘訣になります。

力のある人ほど、常に謙虚に物事に接します。勝利を手にしたからと言って、小さな成果に慢心したり、怠惰になったりしません。傲慢な態度を捨て、謙虚な姿勢を保ち続けければ、幸運が訪れ、安定した人生を歩むことができるでしょう。

2. 「戒食」とは、物欲に慎みを持つことを意味します。

『莊子』には、「欲が深い者は、天の知恵が浅い」という言葉があります。これは、欲望が強すぎると、頭の冴えや知恵が鈍ってしまうという意味です。欲望は尽きることがないため、それに執着すると、重荷に感じる苦しい人生を送ることになります。

日常生活では、お金や名声、性欲、お酒など、さまざまな欲を追求する人がいます。しかし、欲望に振り回されると、次第に本来の自分を見失い、心が侵食され、理性を失ってしまいます。安らかな生活を送るためには、過度な欲望を抑え、心を清め、現状に満足することが肝要です。

3. 「戒欺」、欺瞞を排すること。

『格言聯璧』には、「内面的に自分を欺かず、外面的に他人を欺かず」という言葉があります。自分を欺くことは、非現実的な世界に逃避し、真実と向き合う勇気がないことを意味しますこれは現実から逃れる手段であり、結局は本当の自分を失い、自己を責めることになります。一方、他人を欺くことは、一時は隠せるかもしれませんが、嘘が重なるに連れて、やがて露呈します。信頼を失うだけでなく、自分の人格や評判も傷つけてしまいます。偽りを慎み、自分の心に正直に向き合い、表裏なく本当の自分を貫くことが、社会生活を歩む上での最良の方法です。



4. 「戒怒」、怒りを控えること。

「怒ると体に悪い」とよく言われます。怒りは、この世で最も無駄な感情です。怒りのせいで理性を失い、感情をブラックホールに引きずり込み、健康を害することにもなりかねません。また、怒りによって自分の言動を制御できなくなり、後悔することもあります。感情を制御し、怒りを抑え、心を安らかにし、何事も受け入れるようにしましょう。

怒りそうなときは、まずは心の中で10を数え、それでも怒りが収まらなければ100まで数えてみましょう。怒らず、心を乱さず、感情に振り回されず、落ち着いて人生を歩んでいくことができるでしょう。

5. 「戒憂」、心配を控えること。

「100歳も生きられないのに、いつも1000年先の心配をしている」という意味の言葉があります。私たちはいつも未来のことを心配し過ぎています。不安に苛まれると精神的に不安定になり、行動する前に自らを束縛してしまいます。時間が経つにつれて、精神的な疲労が増し、物事や環境がより複雑かつ深刻になり、やがては人生が停滞してしまうかもしれません。

未来の予測や不安に囚われるのではなく、現在に目を向けましょう。心配をやめ、未来を恐れず、過去にしがみつかず、ありのままの現在に対処することが、これからの人生を生きる上で最善の方法のひとつではないでしょうか。

6. 「戒惧」、恐怖から遠ざかること。

論語には「紳士は憂いなし、恐れなし」という言葉があります。本当に賢明な人は、無闇に不安がることも、前に進むことをいたずらに恐れません。人生の不確実性に直面すると、誰もがある程度は恐れを感じます。しかし、もし恐れに取り憑かれているとしたら、その人は常に恐怖に囚われて生きることになります。

変化への恐れ、失敗への恐れ、あるいは、自分の身に起こるかどうかわからないことに恐怖を感じ、一日中不安な状態で過ごすこともあります。その結果、恐れが強ければ強いほど、平穏や幸福を手に入れることが難しくなります。恐れを捨て、心を強くし、感情を安定させることはいかがでしょうか。

人生は予測不可能です。ですから、自然の流れに身を任せ、変化や未知を受け入れることで、あなた自身の人生時間に優しく扱われるようになるのです。

7. 「戒疑」、疑心暗鬼にならないように注意すること。

史記には、「疑心暗鬼の行動は成功につながらない」という記述があります。常に自分を疑い、自信がなく、実力がなければ、成功することは難しいでしょう。また、常に他人を疑い、信頼せず、心を開くことを恐れているならば、肉体的にも精神的にも疲弊した人生を送ることになるでしょう。

疑心暗鬼は、人を傷つけ、自分をも傷つける選択です。自分自身にとっては、熱意を冷ますばかりか、前に進むことを妨げます。

他者に対しても表面的には無害に見えても、実は他者の心も傷つけてしまうのです。本当に強い人は、無闇に疑うことを自重します。自分を肯定し、自分を

信じ、迷いを断ち切る勇気が、やがて自分の成功を作り上げます。人を信じ、心と心を通わせる努力を厭わなければ、真の友情の恩恵を受けることもできるでしょう。

8. 「戒閑」、怠けることをしない。

多くの人々が、ぼんやり過ごすことは幸せだと考えています。しかし、何もすることがない状態が長く続くと、虚無感や退屈感に襲われがちです。

自分の進むべき道が見いだせず、人生の意味も見いだせず、常に悩みを抱えている状態です。忙しくしていると、悩む暇さえなくなります。忙しいということは、悩みや混乱を解決する治療法のひとつです。

忙しくしていることで、毎日が充実し、幸せで、身体的まで若々しく生きられるという見方があります。価値あることに忙しくすること、味わいのあることに忙しくすること、それが最高の人生に繋がる場合もあるでしょう。



人それぞれ、様々な紆余曲折を経験する厳しい世の中で、自分らしく輝いて生きていくためには、ほんの少しばかり心を強くしていくことが、とても大切だと思います。

上記で述べた「八戒」＝「八つの戒め」が、皆様の人生において、何かしらの参考になれば幸いです。